



МЕНЮ

(10 день)

на « »

2026

Наименование блюд	Объем порций (г)		Калорийность порции (ккал)	
10 ДЕНЬ Вторая неделя, пятница	возраст		возраст	
	1-3	3-7	1-3	3-7
<u>Завтрак</u>				
Каша геркулесовая молочная	150	180	127,4	146,77
Какао со сгущенным молоком	180	200	40,69	41,63
Батон	30	40	79,2	85,44
Масло сливочное	5	5	37,37	37,37
<u>Второй завтрак</u>				
Ряженка	150	180	94,5	113,4
<u>Обед</u>				
Салат морковный	30	50	24,31	40,52
Суп картофельный с клецками на мясном бульоне	150	200	124,09	142,65
Запеканка картофельная с мясом с томатным соусом.	130/20	150/20	234,93	304,55
Компот из свежих яблок	150	200	48,56	58,71
Хлеб ржаной	50	50	82,7	82,7
<u>Уплотненный полдник</u>				
Сырники из творога	130/15	150/20	270,33/29,76	329,81/34,52
Батон	20	40	52,8	85,44
Чай с соком	150	200	42,16	72,48
Яблоко	95	100	39,9	42,00